

Link: <https://www.vanityfair.it/lifestyle/tempo-libero/2019/07/12/cicloturismo-10-itinerari-per-escursioni-bicicletta-adatti-ogni-livello-di-esperienza>

12 Luglio 2019

10 itinerari per escursioni in bicicletta adatti a ogni livello di esperienza



Il cicloturismo è un modo privilegiato di vivere il territorio, unendo benessere fisico e scoperta. L'ideale per una vacanza in famiglia o per un gruppo di amici

Pedalare è *cool*. È uno stile di vita ma anche un piacevole **diversivo di cui godere in vacanza**. La bicicletta è ecologica, salutare e piacevole, soprattutto se si abbina al panorama e alla scoperta del territorio.

Nel 2018 le presenze cicloturistiche rilevate tra strutture ricettive e abitazioni private ammontano a **77,6 milioni (+41% dal 2013)**, pari cioè all'8,4% dell'intero movimento turistico dello Stivale. È un vero e proprio boom e si calcolano almeno 6 milioni di persone che hanno trascorso una vacanza utilizzando la bicicletta (dati emersi dal **BikeSummit2019**).

Per fronteggiare tale crescita, tra il 2017 e il 2018 in Italia sono nati tanti percorsi e iniziative volti a promuovere il **binomio bicicletta-turismo**: lungo l'Appennino dalla Liguria alla Sicilia, su tutta la costa Adriatica dal Friuli alla Puglia, costeggiando il Tirreno dalla Liguria al Lazio, intorno al Lago di Garda...

Il progetto **Appennino Bike Tour**, per esempio, prevede che la dorsale appenninica dalla Liguria alla Sicilia diventi entro il 2020 la più grande ciclovia d'Italia. Il progetto – battezzato “il Giro d'Italia che non t'aspetti – è presentato dal Ministero dell'Ambiente e da ViviAppennino e rappresenta un modo per rilanciare l'Appennino in modo sostenibile.

Da Trieste a Santa Maria di Leuca si snoderà invece la **Ciclovia Adriatica**, un tracciato cicloturistico di 1700 chilometri di costa percorrendo ben 7 regioni italiane: Friuli Venezia Giulia, Veneto, Emilia Romagna, Marche, Abruzzo, Molise e Puglia. Questo progetto riconosce l'importanza strategica e culturale delle piste ciclabili per lo sviluppo dei territori, incentivando l'utilizzo della bicicletta come **mezzo di trasporto urbano**, sportivo e turistico.

C'è poi la **Ciclovia Tirrenica** che nasce dalla sinergia tra Lazio, Toscana e Liguria; il completamento è previsto entro il 2020. Si potrà **pedalare** da Roma a Ventimiglia (e

viceversa) lungo una ciclovia di 1200 chilometri, dei quali 700 già percorribili, lungo le coste di Lazio, Toscana e Liguria; indicativamente il tracciato dell'antica Via Aurelia.

Infine, **Garda by bike** è un anello ciclabile del Lago di Garda che fa parte del sistema nazionale delle ciclovie turistiche. Con oltre 140 km ad elevata valenza turistica, è un'opera unica a livello mondiale e permetterà all'intera area di diventare una delle capitali del cicloturismo e del turismo lento.

Il progetto consiste nel completamento dei percorsi ciclabili e ciclopedonali attualmente esistenti sulle sponde del Lago di Garda, utilizzando molte gallerie dismesse e con la realizzazione di spettacolari tratti a sbalzo sul lago. L'infrastruttura ciclabile del più grande lago italiano potrà permettere agli ospiti del Garda di percorrere l'intero periplo in sicurezza, su percorsi protetti, dedicati e ben segnalati.

Questi percorsi sono solo **gli ultimi in ordine di tempo** che si stanno sviluppando, ma vanno ad aggiungersi alla rete delle **ciclovie turistiche nazionali** che, oltre a inserirsi in una politica per la mobilità sostenibile, vuole contribuire a sviluppare il cicloturismo in Italia.

Da notare poi che vi sono associazioni come la **ECF** (European Cyclists' Federation) che hanno progettato itinerari specifici per gli sportivi intenzionati a intraprendere questo tipo di vacanza. A questo scopo è stata elaborata **EuroVelo**, una mappa di itinerari ciclistici specifici e in Italia è attiva la **FIAB** (Aderente ad ECF) che promuove **BicItalia**, rete ciclabile nazionale coordinata con quella europea EuroVelo.

Nella nostra gallery qui sopra alcune proposte per una vacanza in bicicletta, senza dimenticare che prima di partire è bene fare un po' di allenamento e preparazione tecnica, visto che si dovrà pedalare, parecchio, e che comunque si tratta di una vacanza perlopiù attiva e in qualche caso impegnativa!

Astenersi, quindi, amanti dell'ozio totale e della vacanza sotto l'ombrellone.

10

Pedalarre nella storia degli Estensi

Tra i tanti itinerari consigliati da **Visit Ferrara** per un viaggio su due ruote, c'è il percorso sulle **Mura di Ferrara**. È lungo circa 12 km e parte dal Castello Estense per percorrere lo storico Corso Ercole I d'Este fino alla **Porta degli Angeli**, dove comincia l'itinerario delle Mura, che si può seguire pedalando sul terrapieno o nel vallo in basso fra torrioni, cannoniere, baluardi, porte e passaggi. La passeggiata, ideale per tutta la famiglia, può continuare verso **Via delle Erbe**, scoprendo la particolare campagna urbana. Spingendosi oltre Ferrara, interessante è il percorso tra le **Delizie Estensi**, Patrimonio dell'Umanità UNESCO. Si parte da Argenta, dove ammirare la Pieve romanica di San Giorgio, e si prosegue con la possibilità di fermarsi al **Museo naturalistico delle Valli** e al **Museo della Bonifica**. Si pedala lungo il percorso del Primario e si procede facendo tappa a Consandolo, per continuare tra campi e frutteti fino a **Benvignante**, dominata dal torrione merlato della Delizia voluta da Borso d'Este. Di nuovo in strada, si segue la via verso Portomaggiore, dove visitare la **Delizia del Verginese**, piccolo castello donato da Alfonso I d'Este all'amante Laura Dianti. Per info: VisitFerrara.eu. ©Witoor